

## Repositório ISCTE-IUL

---

Deposited in *Repositório ISCTE-IUL*:

2023-02-09

Deposited version:

Accepted Version

Peer-review status of attached file:

Peer-reviewed

Citation for published item:

Alves, C., Correia, I. & Moleiro, C. (2022). Crença num mundo justo e bem-estar subjetivo: o papel mediador dos mecanismos de defesa do ego. In Joana Alexandre, Sara Ramos, Diniz Lopes (Ed.), *Psicologia social e das organizações: métodos, estudos e perspetivas.*: Sílabo.

Further information on publisher's website:

<https://silabo.pt/catalogo/gestao-organizacional/teorias-de-gestao/livro/psicologia-social-e-das-organizacoes/>

Publisher's copyright statement:

This is the peer reviewed version of the following article: Alves, C., Correia, I. & Moleiro, C. (2022). Crença num mundo justo e bem-estar subjetivo: o papel mediador dos mecanismos de defesa do ego. In Joana Alexandre, Sara Ramos, Diniz Lopes (Ed.), *Psicologia social e das organizações: métodos, estudos e perspetivas.*: Sílabo.. This article may be used for non-commercial purposes in accordance with the Publisher's Terms and Conditions for self-archiving.

---

### Use policy

Creative Commons CC BY 4.0

The full-text may be used and/or reproduced, and given to third parties in any format or medium, without prior permission or charge, for personal research or study, educational, or not-for-profit purposes provided that:

- a full bibliographic reference is made to the original source
- a link is made to the metadata record in the Repository
- the full-text is not changed in any way

The full-text must not be sold in any format or medium without the formal permission of the copyright holders.

---

Crença num Mundo Justo e Bem-Estar Subjetivo: O Papel Mediador dos Mecanismos de  
Defesa do Ego

Catarina Sequeira Alves, Isabel Correia, & Carla Moleiro

Instituto Universitário de Lisboa (ISCTE-IUL), Centro de Investigação e Intervenção Social  
(CIS-IUL), Av. das Forças Armadas, 1649-026 Lisboa, Portugal

Nota de autor: Este trabalho é parte da Dissertação de Mestrado em Psicologia Social e das Organizações do ISCTE-IUL, realizado por Catarina Sequeira Alves e orientado por Isabel Correia e Carla Moleiro.

Resumo

A Teoria da Crença num Mundo Justo (CMJ; Lerner, 1980) tem mostrado que a motivação para perceber os acontecimentos da vida como justos contribui para o bem-estar subjetivo. No âmbito da Teoria Psicanalítica, Freud (1894/1962) identificou mecanismos psicológicos que as pessoas utilizam para reduzir as ameaças ao seu bem-estar, a que chamou mecanismos de defesa do ego. A presente investigação pretende relacionar estes construtos, testando o papel mediador dos mecanismos de defesa na relação entre a CMJ e o bem-estar (Dalbert, 2001).

Numa amostra de população não clínica (N = 271) entre os 18 anos e os 66 anos (44% homens e 55% mulheres) mediram-se as variáveis CMJ pessoal, mecanismos de defesa maduros, mecanismos de defesa neuróticos, mecanismos de defesa imaturos, satisfação com a vida, afetos positivos, afetos negativos e desajustamento emocional.

O menor recurso aos mecanismos de defesa imaturos mediou a relação entre a CMJ pessoal e todos os indicadores de bem-estar; por seu turno, o maior recurso aos mecanismos de defesa maduros mediou a relação entre a CMJ pessoal, a satisfação com a vida, os afetos positivos e o desajustamento emocional. Não se encontraram relações de mediação para os mecanismos de defesa neuróticos.

Estes resultados sugerem que a CMJ pode promover o bem-estar através do maior recurso a mecanismos de defesa maduros e do menor recurso a mecanismos de defesa imaturos.

Palavras-chave: mecanismos de defesa, crença no mundo justo, bem-estar subjectivo, desajustamento emocional

## Crença num Mundo Justo, Mecanismos de Defesa do Ego e Bem-estar Subjetivo

Os mecanismos de defesa foram conceptualizados como operações mentais que alteram a percepção de um estímulo interno ou externo para evitar que este provoque ansiedade excessiva ou constitua uma ameaça para o self (Cramer, 2008). Na literatura podemos identificar dois tipos de mecanismos de defesa: os mecanismos de defesa do ego (Freud, 1884; A.Freud, 1936) e os mecanismos de defesa da percepção de que o mundo é justo (Lerner, 1980).

Os mecanismos de defesa do ego são processos psicológicos através dos quais o ego reduz o desprazer e a ansiedade provocados por fontes exteriores percebidas como ameaças e/ou exerce controlo sobre os impulsos inaceitáveis do id (A.Freud, 1936; Freud, 1896/1962). Estes mecanismos foram hierarquizados consoante o grau em que são eficazes e socialmente desejáveis (Vaillant, 1977; Vaillant, Bond & Vaillant, 1986): imaturos, intermédios ou neuróticos, e maduros.

Os mecanismos de defesa da percepção de que o mundo é justo destinam-se a proteger da ameaça provocada pelo confronto com injustiças, permitindo manter a confiança de que no futuro não se será vítima de acontecimentos injustos (Lerner, 1980).

A investigação tem mostrado que ambos os tipos de mecanismos de defesa estão associados ao bem-estar. Num estudo longitudinal, conduzido por Vaillant e Vaillant (1990), por exemplo, verificou-se que quanto maior o recurso a mecanismos de defesa do ego maduros maior o bem-estar (Vaillant & Vaillant, 1990). Outros estudos mostraram que quanto maior a crença no mundo justo melhor o bem-estar (Dalbert, 2001, para uma revisão de literatura).

O que a investigação nunca tentou até agora foi estudar se estes dois mecanismos de defesa estão associados. Esta pesquisa poderá ser relevante, por um lado, na compreensão de

quais os processos que podem estar envolvidos na relação entre a CML e o bem-estar. Por outro, no âmbito clínico, a identificação de associações entre determinados mecanismos de defesa e sintomatologia específica pode contribuir para a compreensão da própria psicopatologia. Com efeito, perturbações resultantes de perda ou luto e trauma ou violência interpessoal (e.g. depressão, stress pós-traumático) encontram-se muitas vezes clinicamente associadas à experiência subjectiva de ausência de sentido ou propósito, de crença na justiça ou ordem do mundo. Desta forma, a identificação de mecanismos de defesa que possam encontrar-se mais associados à CMJ contribuirá para a compreensão destas perturbações e apontar para possíveis orientações psicoterapêuticas. Neste estudo, vamos estudar a relação entre a crença no mundo justo (CMJ), os mecanismos de defesa do ego, e o bem-estar, testando se os mecanismos de defesa do ego medeiam a relação entre a CMJ e o bem-estar.

### **Crença num Mundo Justo**

As pessoas, ao longo da sua vida, procuram justificações para os acontecimentos que ocorrem, tentando construir um sentido para os mesmos. Um dos aspetos mais importantes consiste em avaliar esse acontecimento como tendo sido, ou não, merecido. Ora, muitas vezes, as pessoas sofrem devido a situações em que não tiveram qualquer responsabilidade. Ou seja, “coisas más” acontecem a “pessoas boas”. A constatação destas situações torna-se ameaçadora, na medida em que as pessoas passam a sentir-se vulneráveis a serem também vítimas de injustiças. Como é então possível manter o bem-estar perante o confronto quase diário com situações de injustiça?

Para dar resposta a esta questão, Lerner (1980) desenvolveu a teoria da CMJ, afirmando que a necessidade de restaurar cognitivamente as injustiças, quando estas não podem ser restauradas na realidade, é um fenómeno funcional de carácter adaptativo que permite a manutenção da CMJ perante o confronto com injustiças.

De acordo com esta teoria, acredita-se que as pessoas sentem necessidade de acreditar que o mundo é um local justo, em que cada um recebe aquilo que merece (Lerner & Simmons, 1966). Assim as pessoas acreditam que às pessoas boas acontecem coisas boas e às pessoas más acontecem coisas más (Lerner, 1998). Deste modo, se alguém se encontra em sofrimento é porque o merece.

Perante uma injustiça que não pode ser reparada, a CMJ é ameaçada, o que leva as pessoas a fazerem avaliações distorcidas dessas situações e das próprias vítimas. São exemplo a culpabilização das vítimas ou a minimização do sofrimento das mesmas. Estas distorções permitem a manutenção da ilusão de invulnerabilidade pessoal e, conseqüentemente, a possibilidade de manter a confiança no futuro (Lerner, 1980).

De acordo com a teoria da CMJ, as crianças estabelecem um contrato pessoal que consiste fundamentalmente em adiar a satisfação para no futuro receberem recompensas maiores (Lerner, 1977). Assim, as crianças acreditam que serão recompensadas no futuro, proporcionalmente ao que investiram. Segundo Lerner (1981), este contrato pessoal é mantido ao longo da vida adulta.

Apesar de todos os indivíduos estarem motivados para perceber os acontecimentos como justos, existem variações interindividuais (Lerner, 1980). Rubin e Peplau (1973,1975) construíram a primeira escala para medir a CMJ, sendo a pontuação de CMJ obtida um indicador de motivação para a justiça.

Posteriormente, foi distinguida uma CMJ pessoal que reflete a crença de que os acontecimentos da própria vida do indivíduo são justos, e a CMJ geral que indica que o mundo, num todo, é um local justo (Dalbert, 1999; Lipkus, Dalbert & Siegler, 1996). A CMJ pessoal tem sido correlacionada com diversas variáveis da saúde mental, como o *stress*, a satisfação com a vida, a depressão, a autoestima, ajustamento psicossocial, demonstrando ser uma excelente preditora de bem-estar (Dalbert, 1999; Dalbert, 2001, Lipkus, Dalbert &

Siegler, 1996). Já a CMJ geral relaciona-se com atitudes sociais mais rígidas, inflexíveis e conservadoras (Bègue & Muller, 2006), de que são exemplo o preconceito contra os mais pobres (Smith, 1985) e o preconceito contra os mais velhos (MacLean & Chown, 1998).

### **Mecanismos de Defesa do Ego, Sofrimento Psicológico e Bem-estar Subjetivo**

O conceito de mecanismos de defesa do ego é considerado como um dos mais importantes contributos da psicanálise. Os mecanismos de defesa apresentam uma relevância notória nos comportamentos e atitudes, no desenvolvimento, na personalidade, nos afetos e na adaptação, e também na própria psicoterapia (Plutchick, 1995).

Foi Sigmund Freud que introduziu o conceito de mecanismos de defesa do ego no ano de 1884, no seu artigo “As psiconeuroses de defesa”, designando o eixo de funcionamento neurótico nos processos de organização do *self* (Freud, 1894/1962; Roudinesco & Plon, 2000). S. Freud designa os mecanismos de defesa do ego como “os processos inconscientes que os indivíduos utilizavam para lidar com as ameaças internas ou conflitos de modo a proteger o ego” (Ribeiro, 2009, p.28).

Segundo Freud, os mecanismos de defesa têm três funções, são elas inibir ou bloquear os conteúdos mentais, distorcê-los, ou disfarçar os conteúdos mentais através dos seus opostos (Freud, 1894/1962). Os mecanismos de defesa podem ser mais ou menos eficientes, dependendo do grau de desenvolvimento do ego, do maior ou menor êxito do ego na superação e integração dos conflitos. O fracasso da defesa deve-se ao retorno das lembranças, causando a doença. A doença é considerada como uma arma de proteção contra o id, surgindo após o enfraquecimento de um certo mecanismo de defesa mediante o conflito (Freud, 1896/1962).

Os mecanismos de defesa serão acionados quando a redução do sofrimento não se pode efetuar diretamente por meio da ab-reação<sup>1</sup>, ao tentar separar a representação perturbadora do afeto que esteve na sua origem (Roudinesco, 1997), reduzindo e suprimindo alguma modificação que possa pôr em perigo a integridade e a constância do indivíduo biopsicológico (Mijolla & Mijolla-Mellor, 2002). É o ego o agente destas operações (Mijolla & Mijolla-Mellor, 2002).

Posteriormente, Anna Freud considerou que os mecanismos de defesa do ego intervêm contra as agressões pulsionais, assim como contra as fontes exteriores de angústia (A. Freud, 1936; Roudinesco, 1997). Apesar dos mecanismos de defesa serem inconscientes, para A. Freud o ego atinge um nível consciente, para o indivíduo, através do qual se tenta obter uma imagem do id e do superego (A. Freud, 1936; Roudinesco, 1997).

Mais recentemente, Vaillant (1976) criou uma hierarquia de defesas relativamente à sua capacidade de adaptação geral, isto é, as defesas de nível mais elevado são mais adaptativas e, por sua vez, as defesas de baixo nível são habitualmente menos adaptativas.

Os mecanismos de defesa maduros são mais comuns em indivíduos psicologicamente mais saudáveis e manifestam-se mais a partir do início da idade adulta, estando estes mecanismos de defesa do ego associados à saúde mental, medida com indicadores como o bem-estar subjetivo, a variedade e estabilidade nas relações pessoais, a ausência da psicopatologia, a maturidade psicossocial e/ou o sucesso ocupacional (Vaillant, 2000). Estes mecanismos de defesa do ego são considerados como transformadores, dado que permitem conseguir fazer o melhor com uma má situação (Vaillant, 2000). Os mecanismos de defesa do ego que compõem este grupo são: a sublimação, o humor, a antecipação, e a supressão.

---

<sup>1</sup> Ab-reação é um conceito introduzido por Sigmund Freud e por Josef Breuer (1893), definindo um “processo de descarga emocional que, libertando o afeto ligado à lembrança de um trauma, anula os seus efeitos patogénicos” (*cit in* Roudinesco, 1997, p.23)

As defesas intermédias ou neuróticas mostram, de um modo geral, pouca relação com o funcionamento global do indivíduo, o que provavelmente será devido ao facto destas defesas o protegerem de se aperceber cognitivamente ou emocionalmente do conflito; contudo, não evita as dificuldades que advenham desse conflito ou do *stress* provocado, sendo sentido pelo indivíduo. Estes mecanismos consistem num empobrecimento das relações sociais, têm pouca associação a sintomas específicos (Vaillant, 1992). São eles a denegação, o pseudo-altruísmo, a idealização, e a formação reativa.

Por último, os mecanismos de defesa imaturos apresentam uma associação negativa com o funcionamento adaptativo (Vaillant, 1992). Estão associados a sintomas específicos e ao afastamento social, complicando assim, a adaptação dos indivíduos à realidade (Vaillant, 1992; Vaillant, 2000). Exemplos destes são a projeção, a agressão passiva, o *acting out*, a fantasia autística, a negação, o deslocamento, a dissociação, a clivagem, a racionalização, a somatização e o isolamento.

Num estudo de Muris e Merckelbach (1996), recorrendo ao instrumento SCL-90-R de Derogatis (1977), os autores encontraram associação entre os mecanismos de defesa do ego com os sintomas psicopatológicos, essencialmente correlações positivas com o *cluster* pertencente às defesas imaturas, nomeadamente as defesas: projeção, *acting out*, somatização e desvalorização. Também encontraram associação entre o mecanismo de defesa maduro – humor, com os sintomas psicopatológicos.

Por seu turno, o bem-estar subjetivo é definido como uma avaliação global que cada indivíduo faz acerca da sua própria vida (Diener, Oishi & Lucas, 2003). Integra duas componentes, a componente cognitiva que se refere à avaliação que cada indivíduo faz da sua vida em distintos níveis, tal como a satisfação com a vida em termos globais ou específicos, e uma componente afetiva, relacionada com os aspetos afetivos, tais como as emoções e o humor (Diener, Oishi & Lucas, 2003).

Para Diener (1984) existem três aspetos fundamentais que se deve evidenciar em relação ao bem-estar subjetivo: 1) a subjetividade do bem-estar, visto que o bem-estar apoia-se na experiência do próprio; 2) o bem-estar subjetivo não consiste apenas na ausência de afetos negativos, mas também na presença de afetos positivos, e por último, 3) o bem-estar subjetivo constitui uma medida global, em vez, de uma medida limitada dum aspeto da vida.

### **Objectivo e Hipóteses**

Este estudo tem assim como objectivo testar o papel mediador dos mecanismos de defesa do ego na relação entre a CMJ e o bem-estar. Esperamos uma associação positiva entre a CMJ pessoal e o bem-estar, e que esta relação seja mediada pelos mecanismos de defesa do ego (em particular, pelo recurso a mais mecanismos de defesa maduros e a menos mecanismos de defesa imaturos).

### **Método**

#### **Participantes**

Este estudo foi realizado com uma amostra de conveniência constituída por um total de 271 indivíduos (com idades compreendidas entre os 18 e os 66 anos ( $M = 36.01$ ;  $DP = 12.10$ ), sendo 44% do sexo masculino e 55% do sexo feminino. Deste universo, 44.6% solteiro(a), 46.5% casado(a)/união de facto, 7% divorciado(a)/separado(a) e 0.7% viúvo(a). Referente à situação à qual o participante se encontra, 71.6% estão empregados, 5.5% estão, desempregados e 18.5% da amostra são estudantes. Cento e trinta dos questionários foram recolhidos *online* e 141 foram recolhidos em papel. O recurso a ambas as metodologias de administração dos questionários foi escolhido face ao seu potencial para aumentar a taxa de resposta e, conseqüentemente, o tamanho amostral. Apesar de algumas críticas que têm sido feitas ao uso destas duas formas de recolha de dados em simultâneo, diversos autores (e.g. Joubert & Kriek, 2009) têm verificado que a sua utilização é adequada e que a formas de

administração conduzem a matrizes de covariância idênticas, qualidades psicométricas similares, e deste modo não afectam as relações entre escalas.

### **Instrumentos**

**Questionário sóciodemográfico.** Foi construído, em específico para o estudo em questão, e inclui as seguintes variáveis: sexo, idade, estado civil, habilitações literárias, atividade académica (ano que frequenta)/profissional (se se encontra empregado ou desempregado).

**Escala de Crença num Mundo Justo Pessoal (Dalbert, 1999).** A escala é composta por sete itens medidos através de uma escala tipo-likert que varia de 1 (Discordo Completamente) a 6 (Concordo Completamente). São exemplo itens como: “*De um modo geral, os acontecimentos da minha vida são justos*” e “*Acho que a maior parte do que me acontece é justo*” ( $\alpha=.86$ ). Foi usada uma versão da escala traduzida para português (Vicente & Correia, 2016).

### **Escala *Defense Style Questionnaire* - DSQ-40 (Andrews, Singh & Bond, 1993).**

Neste estudo recorreremos ao *Defense Style Questionnaire – DSQ-40* (Andrews, Singh e Bond, 1993) que é um questionário de autorresposta para medir os mecanismos de defesa do ego. O instrumento DSQ-40 é de uma versão reduzida do instrumento original DSQ-88 (Bond, 1986). Utilizou-se a estrutura dos autores originais (Andrews, Sigh & Bond, 1993), aplicando-se, no entanto, a versão já traduzida e aferida para a população portuguesa por Amaral (2007). Contudo, como se verá na secção de resultados, não verificámos uma estrutura similar à de Amaral (2007). A escala é composta por 40 itens medidos numa escala tipo-likert que varia de De modo a uniformizar as diversas escalas do questionário construído pelas investigadoras, a escala em pontos de likert foi reduzida de 7 pontos para 6 pontos, 1 (Discordo Completamente) a 6 (Concordo Completamente) A escala agrupa 20 mecanismos de defesa do ego, divididos em mecanismos de defesa maduros, neuróticos ou intermédios, e imaturos,

cada um deles medidos por dois itens. Os mecanismos de defesa maduros são compostos por oito itens, que engloba os mecanismos de defesa do ego: sublimação, humor, antecipação e supressão. É exemplo da sublimação o item *“Consigo lidar com a ansiedade se fizer algo construtivo e criativo como pintar ou fazer trabalhos de carpintaria”*; do humor corresponde o item *“Sou capaz rir de mim próprio(a) com bastante facilidade”*; da antecipação é exemplo o item *“Sou capaz de ignorar um problema até ter tempo para lidar com ele”*; por último da supressão é exemplo o item *“Se prever antecipadamente que vou ficar triste, consigo lidar melhor com isso”* ( $\alpha=.53$ ). Os mecanismos de defesa intermédios ou neuróticos são compostos também por oito itens, estes englobam a denegação, o pseudo-altruísmo, a idealização e a formação reativa. É exemplo da denegação o item *“Depois de lutar pelos meus direitos costumo pedir desculpas pela minha firmeza”*; um exemplo do item do pseudo-altruísmo *“Obtenho satisfação ajudando os outros e se isto me fosse retirado ficaria deprimido(a)”*; um item exemplificativo da idealização é *“Sinto sempre que alguém que conheço funciona como uma espécie de Anjo da Guarda”*; e, da formação reativa é exemplo o item *“Se alguém me assaltasse e roubasse dinheiro, preferia que essa pessoa fosse ajudada ao invés de punida”* ( $\alpha=.56$ ). Por último, os mecanismos de defesa imaturos são compostos pelos restantes 24 itens. Os mecanismos de defesa imaturos são: projeção, agressão passiva, *acting out*/agido, desvalorização, fantasia autística, negação, deslocamento, dissociação, clivagem, racionalização, somatização e isolamento. Sendo exemplo o item da projeção *“As pessoas costumam maltratar-me”*; um item que mede a agressão passiva *“Se o meu chefe me repreendesse, eu poderia cometer um erro no meu trabalho ou trabalhar mais devagar só para me vingar dele”*; um item da desvalorização é *“Sou uma pessoa muito inibida”*; um exemplar da fantasia autística *“Obtenho maior satisfação com as minhas fantasias do que com a minha vida real”*; é exemplo de um item da negação *“As pessoas dizem que eu tenho a tendência a ignorar os factos desagradáveis como se eles não existissem”*; exemplo do item

do deslocamento “*Os médicos nunca entendem realmente o que está errado comigo*”; um exemplar da clivagem é “*Na minha opinião as pessoas ou são boas ou são más*”; para retratar a racionalização é exemplo o item “*Há sempre boas razões quando as coisas não me correm bem*”; para medir a somatização é exemplo o item “*Fico fisicamente doente quando as coisas não me correm bem*” e por último, um exemplo de item do isolamento “*É-me dito, frequentemente, que eu não mostro o que sinto*” ( $\alpha=.79$ ). Apesar de o alfa ter sido ligeiramente inferior a 0.60 em duas das três sub-escalas, indicado valores modestos de consistência interna, esta última relevou uma boa consistência (Cronbach, 1951).

***General Life Satisfaction Scale (Dalbert, Montada, Schmitt & Schneider, 1984).***

Descreve a satisfação com a vida em relação ao passado e presente bem como em relação às perspectivas futuras. Os sete itens são medidos através de uma escala tipo-likert que varia de 1 (Discordo Completamente) a 6 (Concordo Completamente). São exemplos os itens “*Penso que o tempo trará experiências mais interessantes e agradáveis*” e “*Quando penso na minha vida até agora, sinto-me satisfeito(a).*” ( $\alpha=.87$ ). Foi usada uma versão da escala traduzida para português pela equipa do presente estudo, seguindo uma metodologia de tradução e retroversão, bem como leitura por juiz independente para aferir a compreensão correta de cada item.

***Scale of Positive and Negative Experience – SPANE (Diener, Wirtz, Tov, Kim-Prieto, Choi, Oishi, & Biswas-Diener, 2009).***

Foi pedido aos participantes que respondessem através de uma escala tipo-likert de 1 (Nunca) a 6 (Sempre), como se haviam sentido nas últimas quatro semanas, apresentando um conjunto de doze afetos tanto negativos como positivos. Este conjunto de respostas continham seis itens com valência negativa são os itens “*Negativo(a)*”; “*Mau/Má*”; “*Desagradável*”; “*Triste*”; “*Com medo*” e “*Zangado(a)*” ( $\alpha=.80$ ). Em relação à valência positiva também são

seis itens sendo eles os seguintes itens “*Positivo(a)*”; “*Bom/Boa*”; “*Agradável*”; “*Feliz*”; “*Alegre*” e “*Satisfeito(a)*” ( $\alpha=.92$ ). Foi usada uma versão da escala traduzida para português. Também esta escala foi traduzida pela equipa do presente estudo, seguindo uma metodologia acima descrita e assegurando a compreensão correta de cada item na versão final em português.

### **Lista de Sintomas de Hopkins-Revista – SCL-90-R (Derogatis, 1977).**

A Lista de Sintomas de Hopkins – Revista – SCL-90-R é um inventário de 90 itens para autoavaliação de sintomas de desajustamento emocional, avaliando a psicopatologia em termos de nove dimensões primárias de sintomas, tais como, a somatização, obsessões compulsões, sensibilidade interpessoal, depressão, ansiedade, hostilidade, ansiedade fóbica, idealização paranoide e psicoticismo; e três índices globais, que serão medidas sumárias da perturbação. Os itens são medidos através de uma escala tipo-likert que varia de 1 (Nunca) a 6 (Sempre). Utilizamos a tradução de Amaral (2007). São exemplos de itens “*Dores no coração ou no peito*” e “*Dificuldade em fazer qualquer trabalho*” ( $\alpha=.98$ ). Nesta investigação utilizou-se a escala apenas como um índice global.

### **Procedimento**

A recolha de dados foi feita na população em geral, tendo como critério de exclusão, a idade mínima de 18 anos. Existiram duas fontes de recolha de dados, uma versão *online* do questionário através do software *Qualtrics - Online Survey Software & Insight Platform* (Anexo A), e uma outra versão em papel (Anexo B).

Os questionários foram individuais e de autorresposta, garantindo-se total confidencialidade e anonimato dos resultados dos participantes. Em ambas as formas de recolha, no final do questionário apresentou-se um *debriefing*, agradecendo a colaboração do respondente, explicando sucintamente o objetivo do estudo, esclarecendo que os dados recolhidos seriam anónimos, e destinando-se a uma dissertação de mestrado.

Posteriormente, os dados recolhidos foram introduzidos e analisados no programa estatístico IBM-SPSS *Statistics – version 19 (Statistical Package for the Social Sciences)*.

### **Resultados**

Inicialmente, foram criados índices das variáveis CMJ pessoal, mecanismos de defesa imaturos, mecanismos de defesa intermédios ou neuróticos, mecanismos de defesa maduros, satisfação com a vida, afeto positivo, afeto negativo e, por fim, os sintomas de desajustamento emocional, através do cálculo da média dos itens que compõem cada escala.

Como referido anteriormente, não verificámos uma estrutura similar à de Amaral (2007) no que se refere aos mecanismos de defesa do ego. A autora, ao realizar uma Análise Fatorial em Componentes Principais, com rotação *Varimax*, recorrendo ao critério de Kaiser, obteve seis fatores com valor próprio superior a 1 (não reproduzindo assim também, a estrutura fatorial original de três fatores de Andrews et.al.1993). Com os nossos dados, ao realizarmos uma análise fatorial exploratória não obtivemos os seis fatores (Fator 1 – Defesas Imaturas; Fator 2 – Defesas Neuróticas 1; Fator 3 – Defesas Neuróticas 2; Fator 4 – Defesas Maduras; Fator 5 – Defesas de Distroção de Imagens; e Fator 6 – Defesas de Encobrimento) como Amaral, deste modo, optamos por utilizar a estrutura dos autores originais (Andrews et.al.,1993): mecanismos de defesa maduros; mecanismos de defesa intermédios ou neuróticos, e os mecanismos de defesa imaturos.

Procedeu-se, então, à análise das propriedades psicométricas dos instrumentos utilizados. Através da análise da consistência interna pelo método de alfa de Cronbach dos índices, obtivemos valores que permitiram considerar consistentes e aceitáveis os itens das diversas escalas (Quadro 1). Calcularam-se as estatísticas descritivas nomeadamente a média e o desvio-padrão (Quadro 1).

No que diz respeito à correlação entre as várias variáveis em estudo, os resultados evidenciam uma relação significativa entre a CMJ pessoal e os diversos indicadores de bem-

estar. Verificamos correlações positivas e significativas com a satisfação com a vida ( $r = 0.50$ ), com os afetos positivos ( $r = 0.29$ ), e correlações negativas com os afetos negativos ( $r = -0.20$ ), e com os sintomas de desajustamento emocional ( $r = -0.25$ ).

Relativamente aos mecanismos de defesa, os resultados indicam haver uma relação positiva e significativa entre os mecanismos de defesa maduros e os mecanismos de defesa intermédios ( $r = 0.34$ ), e uma relação positiva e significativa entre os mecanismos de defesa intermédios ou neuróticos e os mecanismos de defesa imaturos ( $r = 0.44$ ).

Por outro lado, os mecanismos de defesa maduros correlacionam-se significativamente com o bem-estar – positivamente com satisfação com a vida ( $r = 0.19$ ) e com os afetos positivos ( $r = 0.18$ ), negativamente com os afetos negativos ( $r = -0.13$ ) e com os sintomas de desajustamento emocional ( $r = -0.16$ ).

Os mecanismos de defesa intermédios ou neuróticos correlacionam-se positivamente e significativamente com os afetos negativos ( $r = 0.21$ ) e com os sintomas de desajustamento emocional ( $r = 0.29$ ).

Os mecanismos de defesa imaturos apresentam uma relação positiva e significativa com o bem-estar – correlações negativas com a satisfação com a vida ( $r = -0.28$ ) e com os afetos positivos ( $r = -0.32$ ), e correlações positivas com os afetos negativos ( $r = 0.48$ ) e com sintomas de desajustamento emocional ( $r = 0.60$ ).

Por último, a CMJ pessoal apresenta uma relação positiva e significativa com a variável mecanismos de defesa imaturos ( $r = -0.29$ ) e com os mecanismos de defesa maduros ( $r = 0.16$ ) (Quadro 1).

Em suma, na análise das correlações entre as diversas variáveis em estudo revelou-se que existe uma relação significativa entre a CMJ e o bem-estar. Por outro lado, os mecanismos de defesa maduros correlacionam-se positivamente com os indicadores positivos de bem-estar e negativamente com os indicadores de bem-estar negativos. Os mecanismos de

defesa intermédios ou neuróticos correlacionam-se positivamente com os indicadores negativos de bem-estar. Por último, os mecanismos de defesa imaturos correlacionam-se positivamente com os indicadores negativos de bem-estar e negativamente com os indicadores positivos de bem-estar.

Quadro 1 do capítulo V – Consistência interna, média, desvio-padrão e matriz de correlações entre as diversas variáveis em estudo

	$\alpha$	Média	Desvio-padrão	1	2	3	4	5	6	7	8
<b>1.CMJ pessoal</b>	.86	4,05	.89	-							
<b>2.Satisfação com a vida</b>	.87	4,11	.89	0.50**	-						
<b>3.Afetos positivos</b>	.91	4,22	.80	0.29**	0.52**	-					
<b>4.Afetos negativos</b>	.80	2,22	.58	-0.20**	-0.30**	-0.54**	-				
<b>5.Sintomas de desajustamento emocional (SCL-90-R)</b>	.98	1,91	.59	-0.25**	-0.31**	-0.35**	0.56**	-			
<b>6.Mecanismos de defesa maduros</b>	.53	3,76	.59	0.16**	0.19**	0.18**	-0.13*	-0.16**	-		
<b>7.Mecanismos de defesa intermédios ou neuróticos</b>	.56	3,24	.62	0.01	0.02	-0.06	0.21**	0.29**	0.34**	-	
<b>8.Mecanismos de defesa imaturos</b>	.79	2,44	.56	-0.29**	-0.28**	-0.32**	0.48**	0.60**	0.06	0.44**	-

Nota: \*  $p < .05$ ; \*\*  $p < .01$

Tendo em conta a ausência de correlações significativas entre a CMJ pessoal e os mecanismos de defesa intermédios ou neuróticos, não se irá testar o papel mediador destes mecanismos de defesa do ego na relação entre a CMJ pessoal e os diversos indicadores de bem-estar.

Em relação aos mecanismos de defesa maduros, fomos testar o seu papel mediador na relação entre a CMJ pessoal e os vários indicadores de bem-estar recorrendo à ferramenta computacional PROCESS (Hayes, 2013). Testamos se os mecanismos de defesa do ego mediavam a relação entre a CMJ pessoal e os diversos indicadores de bem-estar, recorrendo a uma análise *bootstrap* com 10.000 *resamples* em que se verifica um efeito indireto da CMJ pessoal nos indicadores de bem-estar através dos mecanismos de defesa do ego.

Verifica-se um efeito indireto da CMJ pessoal na satisfação com a vida através dos mecanismos de defesa maduros  $b = .0174$ , BCa CI [0.0013; 0.0524], o que representa um efeito pequeno,  $k^2 = 0.0211$ , 95% BCa CI [0.0029; 0.0542].

Obtivemos um efeito indireto da CMJ pessoal nos afetos positivos através dos mecanismos de defesa maduros  $b = 0.0208$ , BCa CI [0.0030; 0.0548], o que representa um efeito pequeno,  $k^2 = 0.0241$ , 95% BCa CI [0.0042; 0.0616].

Verificou-se que não existe mediação por parte dos mecanismos de defesa maduros na relação entre a CMJ pessoal e os afetos negativos.

Confirma-se um efeito indireto da CMJ pessoal nos sintomas de desajustamento emocional  $b = -0.0134$ , BCa CI [-0.0421; -0.0005], representando um efeito pequeno,  $k^2 = 0.0208$ , 95% BCa CI [0.0023; 0.0614].

Assim verificamos que os mecanismos de defesa maduros medeiam a relação entre CMJ pessoal e a satisfação com a vida, a relação entre CMJ pessoal e os afetos positivos e a relação entre CMJ pessoal e os sintomas de desajustamento emocional.

Em relação aos mecanismos de defesa imaturos, também, fomos testar o seu papel mediador na relação entre a CMJ pessoal e os diversos indicadores de bem-estar.

Verifica-se um efeito indireto da CMJ pessoal na satisfação com a vida através dos mecanismos de defesa imaturos  $b = .0425$ , BCa CI [0.0117; 0.0866], representando um efeito pequeno,  $k^2 = 0.0487$ , 95% BCa CI [0.0140; 0.0948].

Também se verifica um efeito indireto da CMJ pessoal nos afetos positivos através dos mecanismos de defesa imaturos  $b = 0.0684$ , BCa CI [0.0316; 0.1195], representando um efeito pequeno,  $k^2 = 0.0765$ , BCa CI [0.0358; 0.1301].

Constatou-se um efeito indireto da CMJ pessoal nos afetos negativos através dos mecanismos de defesa imaturos  $b = -0.0872$ , BCa CI [-0.1347; -0.0506], representando um efeito médio  $k^2 = 0.1369$ , BCa CI [0.0818; 0.2007].

Obteve-se um efeito indireto da CMJ pessoal nos sintomas de desajustamento emocional através dos mecanismos de defesa imaturos  $b = -0.1112$ , BCa CI [-0.1700; -0.0660], representando um efeito médio  $k^2 = 0.1799$ , BCa CI [0.1131; 0.2527].

Deste modo, verificamos que os mecanismos de defesa imaturos medeiam a relação entre CMJ pessoal com todos os indicadores de bem-estar.

### **Discussão**

Na presente investigação testamos a hipótese de que a associação positiva entre a CMJ pessoal e o bem-estar seja mediada pelos mecanismos de defesa do ego (em particular, pelo recurso a mais mecanismos de defesa maduros e a menos mecanismos de defesa imaturos). Esta hipótese pressupõe que ambos os mecanismos de defesa do ego tenham uma relação positiva com os indicadores de bem-estar.

Os resultados mostraram que tanto a CMJ pessoal, como os mecanismos de defesa maduros, apresentaram uma relação positiva com todos os indicadores de bem-estar medidos - sejam os positivos sejam os negativos. No caso dos mecanismos de

defesa imaturos, essa associação foi negativa, como seria de esperar, e verificou-se também para todos os indicadores de bem-estar.

Os mecanismos de defesa intermédios ou neuróticos não se mostraram associados aos indicadores positivos do bem-estar (satisfação com a vida e os afetos positivos), tal como se esperaria atendendo a resultados anteriores (Bond, Garden, Christian & Sigal, 1983; Flanney & Perry, 1990; Vaillant, 1992), embora tenham mostrado estar positivamente associados aos indicadores de bem-estar negativos.

No que diz respeito à nossa hipótese principal esta foi confirmada parcialmente. Os mecanismos de defesa imaturos medeiam a relação entre a CMJ e todos os indicadores de bem-estar (satisfação com a vida, afeto positivo, afeto negativo e sintomas de desajustamento emocional). Os mecanismos de defesa maduros medeiam a relação entre a CMJ e os indicadores de bem-estar positivos – satisfação com a vida e afetos positivos, e a relação entre a CMJ e o desajustamento emocional. Assim, os mecanismos de defesa maduros medeiam a relação entre a CMJ e três dos quatro indicadores de bem-estar testados neste estudo.

Não obtivemos, contudo, mediação por parte dos mecanismos de defesa intermédios ou neuróticos, apesar de apresentarem correlações significativas com os indicadores de bem-estar negativos (afetos negativos e desajustamento emocional). No entanto, este resultado não é totalmente surpreendente, uma vez que este nível de mecanismos de defesa do ego tem uma fraca relação com o funcionamento global do indivíduo. Podemos ainda pensar que outros fatores podem ter contribuído para esta ausência de associação como, por exemplo, a instabilidade dos próprios mecanismos de defesa intermédios ou neuróticos (Vaillant, 1992), bem como o facto da escala aplicada ter sido muito pouco utilizada com amostras portuguesas, culturalmente diferente

daquela em que foi desenvolvida, o que pode implicar que alguns itens poderão ter uma interpretação diferente da originalmente pretendida.

Este estudo tem ainda outras limitações. O estudo é correlacional o que limita a possibilidade de tirar conclusões acerca da relação causal entre as variáveis em estudo. Por outro lado, de modo a uniformizar as diversas escalas do questionário construído pelas investigadoras, a escala em pontos de likert foi reduzida de 7 pontos para 6 pontos, facto que poderá retirar alguma sensibilidade à escala do DSQ-40. Ainda, e como foi referido anteriormente, os alfas de Cronbach da subescala mecanismos de defesa maduros e da subescala mecanismos de defesa intermédios ou neuróticos encontrados foram baixos (DeVellis, 1991). Contudo, decidiu-se manter ambas as escalas com os itens originais uma vez que o número de participantes que tínhamos não nos permitia uma análise fatorial conclusiva dado o elevado número de itens da escala. De facto, tivemos poucos participantes em relação ao número total de itens da escala DSQ-40, sendo aconselhável por cada item 30 participantes, para isso seria necessário recorrer a uma amostra maior. Seria interessante replicar-se esta investigação com uma amostra maior, no sentido de verificar se existe aumento dos alfas de Cronbach e, conseqüentemente, aumentar a consistência interna. Ademais, o facto do DSQ-40 ser um instrumento de autorresposta torna-o dependente de fatores situacionais, ambientais e interpretativos, o que será uma limitação no estudo dos mecanismos de defesa do ego.

Em estudos futuros, poder-se-ia também replicar o estudo recorrendo a outros instrumentos de avaliação dos mecanismos de defesa e/ou técnicas qualitativas (como o caso da entrevista ou das técnicas projectivas), de modo a colmatar algumas lacunas que possam surgir a partir do preenchimento do questionário que foi utilizado no presente estudo. A conjugação de metodologias mistas (e.g. Mason, 2006) tem vindo a ser proposta como uma forma rica a investigação sobre a experiência social e subjectiva das

pessoas, podendo claramente revelar-se útil no âmbito dos mecanismos de defesa do ego.

Seria também interessante realizar o presente estudo com uma amostra clínica. Como referido anteriormente, nas perturbações habitualmente resultantes de perda ou luto (como a depressão) e trauma por violência interpessoal, acidente ou catástrofe natural (como a perturbação stress pós-traumático) encontra-se muitas vezes reportada a experiência subjectiva de ausência de sentido ou propósito, a crença de que a vida é injusta ou sem ordem ou controlo. Desta forma, estudos com populações clínicas específicas (e.g. pessoas com perturbação depressiva major, ou stress pós-traumático) poderão contribuir para a compreensão das próprias perturbações e até mesmo orientar objectivos psicoterapêuticos. Para além disso, seria possível verificar se os resultados em amostras não-clínicas se mantêm, e se, no caso das amostras clínicas, os mecanismos de defesa intermédios ou neuróticos teriam maior relevância para a relação entre a CMJ e o bem-estar.

Em suma, nesta investigação é possível concluir que a CMJ prediz todos os indicadores de bem-estar, mas nem todos os mecanismos de defesa do ego medeiam esta relação. Assim, a motivação para compreender o mundo como justo para o próprio está associada ao maior recurso a mecanismos de defesa maduros e menos a mecanismos de defesa imaturos. Deste modo, a CMJ não está associada a um funcionamento infantil e imaturo (como se poderia pensar sabendo que a CMJ se desenvolve na infância; Lerner, 1977), mas sim a mecanismos saudáveis e maduros de promoção e manutenção do bem-estar subjetivo. Estes dados colocam uma nova perspectiva sobre a CMJ, ampliando a sua compreensão no funcionamento psicológico saudável e adaptativo de indivíduos adultos, bem como abrem um caminho para a integração deste construto no domínio da psicologia clínica e da psicopatologia –

possivelmente num enquadramento teórico das psicoterapias quer psicodinâmicas, como humanistas e existencialistas.

O nosso desejo é que estudo, tanto quanto sabemos o primeiro a relacionar a CMJ e os mecanismos de defesa do ego para a predição do bem-estar subjetivo, possa vir a estimular estudos futuros nesta área.

## Referências

- Amaral, I. (2007). *Versão portuguesa do defense style questionnaire 40 (Andrews, 1993)*. Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica Dinâmica e Sistêmica. Coimbra: Universidade de Coimbra – Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação
- Andrews, G., Singh, M., & Bond, M. (1993). The defense style questionnaire. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 181, 246-256
- Bègue, L., & Muller, D. (2006). Belief in a just world as moderator of hostile attributional bias. *British Journal of Social Psychology*, 45, 117-126.
- Bond, M. (1986). Defense style questionnaire. In G. Vaillant (Ed), *Empirical studies of ego mechanisms* (pp.146-152). Washington, DC: American Psychiatric Press In.
- Bond, M., Garden, S., Christian, J., & Sigal, J. (1983). Empirical study of self-rated defense styles. *Archives of General Psychiatry*, 40, 333-338.
- Cramer, P. (2008). Seven pillars of defense mechanism theory. *Social and Personality Psychology Compass*, 2, 1963-1981.
- Cronbach, L. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika*, 16, 297-334.
- Dalbert, C. (1999). The world is more just for me than generally: About the Personal Belief in a Just World Scale's Validity. *Social Justice Research*, 12, 79-98.
- Dalbert, C. (2001). *The justice motive as a personal resource: Dealing with challenges and critical life events*. New York: Kluwer/Plenum.
- Dalbert, C., Montada, L., Schmitt, M., & Schneider, A. (1984). *Existentielle Schuld: Ergebnisse der Item- und Skalenanalysen [Existential guilt: Results of item and scale analyses] (Berichte aus der Arbeitsgruppe "Verantwortung, Gerechtigkeit, Moral" Nr. 24)*. Trier: Universität Trier, Fachbereich I – Psychologie.

- Derogatis, L. (1997). The SCL-90 and the MMPI: A step in the validation of a new self-report study. *The British Journal Psychiatry, 128*, 280-289.
- DeVellis, R. F. (1991). *Scale development: Theory and applications*. Newbury Park, CA: SAGE Publications.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin, 95*, 542-575.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: emotional and cognitive. *Annual Review of Psychology, 54*, 403-425.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2009). New measures of well-being: Flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research, 39*, 247-266
- Flannery, R., & Perry, J. (1990). Self-rated defense style, life stress, and health status: An empirical assessment. *Psychosomatics, 31*, 313-320.
- Freud A. (1936). *The ego and the mechanisms of defense*. New York: International Universities Press.
- Freud, S. (1962). The neuro-psychosis of defense. In Strachey, J. (Ed) *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud*. (Vol 3, pp. 45-61). London: The Hogarth Press. (Original work published 1894).
- Freud, S. (1962). Further remarks on the neuro-psychoses of defense. In J. Strachey (Ed.), *The standard edition of complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 3, pp. 161-185). London: The Hogarth Press. (Original work published 1896).
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression based approach*. New York: The Guilford Press.

- Joubert, T., & Kriek, H. J. (2009). Psychometric comparison of paper-and-pencil and online personality assessments in a selection setting. *SA Journal of Industrial Psychology*, 35(1), 78-88.
- Lerner, M. (1977). The justice motive: Some hypotheses as to its origins and forms. *Journal of Personality*, 45, 1-52
- Lerner, M. (1980). *The belief in a just world: A fundamental Delusion*. New York: Plenum.
- Lerner, M. (1981). The justice motive in human relations: Some thoughts on what we know and need to know about justice. In M. J. Lerner & S. C. Lerner (Eds.), *The justice motive in social behavior* (pp.11-35). New York: Plenum.
- Lerner, M. (1998). The two forms of belief in a just world: Some thoughts on why and how people care about justice. In L. Montada, & M. J. Lerner (Eds.), *Responses to victimizations and belief in a just world* (pp. 247-270). New York: Plenum Press.
- Lerner, M., & Simmons, C. (1966). Observer's reaction to the "innocent victim": compassion or rejection? *Journal of Personality and Social Psychology*, 4, 203-210.
- Lipkus, I., Dalbert, C., & Siegler, I. (1996). The importance of distinguishing the belief in a just world for self versus for others: Implications for psychological well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22, 666-677.
- MacLean, J., & Chown, M. (1988). Just world beliefs and attitudes toward helping elderly people: A comparison of british and canadian university students. *International Journal of Aging and Human Development*, 26, 249-259.
- Mason, J. (2006). Mixing methods in a qualitatively driven way. *Qualitative Research*, 6(1), 9-25.

- Mijolla, A., & Mijolla-Mellor, S. (2002). *Psicanálise*. Lisboa: Climepsi
- Muris, P., & Merckelbach, H. (1996). The short version of the Defense Style Questionnaire: Factor structure and psychological correlates. *Personality and Individual Differences, 20*, 123-126
- Plutchik, R. (1995). A Theory of ego defenses. In H.R. Conte & Plutchik (Ed.s) *Ego defenses: Theory and measurement*. New York: John Wiley & Sons.
- Ribeiro, J.L.P. (2009). Coping: Estratégias de gestão de stress. *Executive Health & Wellnes, 1*, 28-29
- Roudinesco, E., & Plon, M. (2000). *Dicionário de Psicanálise*. Portugal: Editorial Inquérito
- Roudinesco, E.(1997). *Théroigne de méricourt: Uma mulher melancólica durante a revolução*. São Paulo: Rocco
- Rubin, Z., & Peplau, L. (1973). Belief in a just world and reactions to another's lot: A study of participants in the National Draft Lottery. *Journal of Social Issues, 29*, 73-93.
- Rubin, Z., & Peplau, L. (1975). Who believes in a just world? *Journal of Social Issues, 31*, 65-89.
- Smith, B. (1985). Seeing justice in poverty: The belief in a just world and ideas about inequalities. *Sociological Spectrum, 5*, 17-29.
- Vaillant, G. (1976). Natural history of male psychological health. V. The relation of choice of ego mechanisms of defense to adult adjustment. *Archives of General Psychiatry, 33*, 535-545.
- Valliant, G. (1977). *Adaptation to life*. Boston: Little, Brown, Harvard University, Cambridge

- Vaillant, G. (1992). *Ego mechanisms of defense: A guide for clinicians and researchers*.  
New York: American Psychiatric Press.
- Vaillant, G. (2000). Adaptative mental mechanisms. Their role in a positive psychology.  
*American Psychologist*, 55, 89-98.
- Vaillant, G., Bond, M. & Et Vaillant, C.O. (1986) An Empirically Validated Hierarchy  
of Defense Mechanisms. *Archives of General Psychiatry*, 43, 786-794.
- Vaillant, G., & Vaillant C. (1990). Natural history of male psychological health, XII: A  
45-year study of successful aging at age 65. *American Journal of Psychiatry*,  
147, 31-37.
- Vicente, I. & Correia, I. (2016). Crença no mundo justo, coping e bem-estar em vítimas  
de bullying. In Lima, M.L., Marques, S., Bernardes, S.F., Pereira, S. (Orgs).  
*Psicologia Social da Saúde Investigação e Intervenção em Portugal* (vol 2, 15-  
28). Lisboa: Edições Sílabo.